



GASOL

José Francisco *Rodríguez*

LA CONEXIÓN PERFECTA ENTRE CUERPO Y MENTE PARA LLEGAR A LO MÁS ALTO

E

rado lesiones y otras dificultades y sigue estando entre los mejores del mundo.

No creo que exista una receta única: la salud tiene que acompañar y es muy importante que el atleta desarrolle un estilo de vida saludable para rendir al máximo nivel. En el ámbito del bienestar emocional, por ejemplo, es clave cultivar la fortaleza mental que te empuje a soportar la presión de la alta competición, a ser justo con tus compañeros, adaptarte a los cambios, etc. Si no hay equilibrio entre el cuerpo y la mente no se puede llegar a lo más alto y mucho menos mantenerse ahí. Asimismo, es importante prestar atención al descanso y a la correcta alimentación para poder rendir al máximo nivel.

Habla de compañerismo, de flexibilidad y de equilibrio entre cuerpo y mente, aspectos que van más allá de lo deportivo puramente y que también tiene una gran vinculación con el mundo de la empresa. No obstante, por su profesión, ha tenido que vivir una adaptabilidad continua entre un equipo y otro. ¿Son estas las aptitudes blandas que ha de tener una persona para integrarse en un equipo y en una empresa?

Para integrarte con éxito en cualquier equipo, ya sea deportivo o profesional, hace falta estar predispuesto a escuchar y a aprender. Llegar al equipo con la actitud del aprendiz y empaparte bien de su cultura. Solo así serás capaz de entender dónde puedes aportar valor para

convertirte en una pieza clave para el grupo. En el deporte, a veces no se trata solo de escuchar al entrenador y a tus compañeros sino también al staff técnico y a todas las personas que llevan mucho tiempo en el equipo. Soy de los que piensa que podemos aprender de cualquier persona que encontremos en nuestro camino.

Durante ese proceso de integración, hay un valor que resulta fundamental: la humildad. Saber que tus cualidades no serían suficientes sin las aportaciones de los demás y reconocer el mérito de otros. Tener la humanidad suficiente como para que te importe cómo se sienten los demás es, a mi juicio, otro factor clave para que se dé esa cohesión. Por último, si el equipo cuenta con buenos líderes, esto facilitará la integración de todos los miembros.



“LA INNOVACIÓN Y LOS AVANCES TECNOLÓGICOS HAN INFLUIDO MÁS DE LO QUE SE VE DESDE FUERA EN EL MUNDO DEPORTIVO”



En su dilatada carrera ha tenido que ejercer de líder en muchas ocasiones, pero en otras tantas también apoyar al equipo desde fuera de la cancha. Y saber gestionar las diversas personalidades no es sencillo. ¿Hay que saber dejar a un lado los egos en la empresa y en el deporte o pueden coexistir?

En todas las facetas de la vida, hacer equipo es fundamental. Es así como se puede llegar más lejos. Gestionar las distintas personalidades y los egos es un trabajo arduo, y por eso los buenos líderes tienen en primer lugar que escuchar y conocer a los miembros del equipo. Solo así sabrán cómo motivarlos, por qué actúan de una determinada manera o cómo optimizar su rendimiento. El personalismo casi nunca es bueno para alcanzar los objetivos comunes.

Aunque es verdad que en el caso del baloncesto y otros deportes las bases se mantienen, también es cierto que el entorno cambia muy rápidamente, tanto socialmente como tecnológicamente. Hablemos de este último término. ¿Qué avances tecnológicos son los que más van a influir este 2021 en el mundo del deporte?

En el deporte profesional, la innovación y los avances tecnológicos de los últimos años han influido más de lo que quizá se ve desde fuera. Quizá no tanto en las normas del juego, pero sí en muchos aspectos del deporte como son las herramientas de medición, los programas estadísticos, los avances médicos para la prevención de lesiones y su recuperación, etc.

En 2021 es inevitable augurar que la pandemia en la que nos encontramos siga influyendo en el deporte amateur y profesional (en las medidas para practicarlos, los límites para presenciarlos, etc.). Así que supongo que los avances más palpables estarán relacionados con el desarrollo de nuevas formas de disfrutar del deporte con seguridad (por ejemplo, las gradas virtuales que creó la NBA con la ayuda de Microsoft para que los aficionados disfrutaran de las finales o los avances que se están dando en los eSports).

Me consta que sigue de cerca todos los acontecimientos que se producen en España y en Europa. ¿Cómo se percibe desde EE.UU. al mercado español?

España es un país que goza de reconocimiento a nivel mundial por distintas facetas. Desde la gastronomía hasta la cultura, pasando por el deporte, el entorno natural y la historia.

Nuestro país es un referente en muchos sentidos y hay muchos españoles que cuentan con un gran reconocimiento en Estados Unidos. Creo que tenemos mucho camino por recorrer para extender más el reconocimiento de nuestro país y que se conozcan los tesoros con los que contamos.

En estos tiempos y dada su amplia vivencia al otro lado del Atlántico, ¿tiene alguna recomendación para que los empresarios españoles den el salto a exportar o establecer sus marcas en EE.UU.?

Estados Unidos es un país culturalmen-

te diverso, con un mercado enorme pero que comparte un marco legislativo bastante uniforme y con un idioma predominante (el inglés) que permite a las empresas hacer negocio en todo el país de manera mucho más sencilla que en la Unión Europea. Una empresa de fuera tiene que entender la cultura americana y conseguir el equilibrio adecuado entre la autenticidad de su marca (marcada por su origen) y la adaptación a la cultura de Estados Unidos.

Como embajador de la Marca España que es, ¿qué atractivo puede tener España y Europa para los empresarios norteamericanos?

No cabe duda de que la Unión Europea es una atracción prioritaria para cualquier negocio estadounidense. Es un mercado grande, rico y sofisticado. A menudo es el primer destino internacional para compañías americanas que se quieren expandir. La pregunta es dónde empezar en Europa, dónde establecer tu base de operaciones. Ahora que el Brexit se ha completado puedo imaginar que el Reino Unido ha dejado de ser la primera elección. Esto significa que países como España son candidatos a convertirse en base de operaciones de dichas empresas. Como he mencionado, España tiene fama de ser un país acogedor, lo que significa que siempre va a ser una opción atractiva para estas compañías.

Sin ir más lejos, su fundación está ubicada en Barcelona. ¿Qué labor está desarrollando en esta organización? ¿Cómo trabajan?



“ESPAÑA ES CANDIDATA A CONVERTIRSE EN BASE DE OPERACIONES DE EMPRESAS ESTADOUNIDENSES”

Mi hermano Marc y yo fundamos la Gasol Foundation en 2013 para promover hábitos saludables y revertir las preocupantes cifras de obesidad infantil. La misión de la fundación es conseguir que todos los niños y niñas puedan desarrollar su máximo potencial y crecer en un entorno sano y lleno de oportunidades. La fundación centra su actividad en la realización de estudios e investigaciones para conocer el contexto de la problemática; la creación y coordinación de programas de promoción de hábitos saludables destinados a niños y familias vulnerables y el desarrollo de campañas de advocacy y sensibilización. Trabajamos con una orientación holística e integradora para incluir en nuestras acciones a todos aquellos agentes que influyen en la vida de los más pequeños y que pueden ser parte de la solución.

Y, con suerte, alguno de esos niños pueda alcanzar también la cima del baloncesto cuando crezca. Echando la vista atrás, y ya para finalizar, ¿cuál ha sido el momento más emocionante de su carrera deportiva?

No podría quedarme solo con uno. Cada victoria es importante, y las que he vivido al lado de la Selección Española, “la familia”, tanto en Juegos Olímpicos como en Mundiales y Europeos, han sido importantísimas para mí. Pero si tuviera que elegir uno quizá elegiría mi primer anillo en la NBA con Los Angeles Lakers, por ser un momento indescriptible con el que soñaba desde que era un niño y que viví junto a personas muy importantes para mí como mi amigo Kobe Bryant. ♦

DKV FAMEDIC PLUS ¡QUEREMOS EL MEJOR SEGURO DE SALUD PARA TU FAMILIA!

23,50€
POR FAMILIA
/mes



PEDIR TELÉFONO A JAVI

DKV
Salud

✓
Distribuidor
autorizado DKV

YADEYA, SL
info.dkv@yadeya.com